INIŢIATIVE *Părinţii au cuvîntul!*

Cum se întîmplă în majoritatea cazurilor şi cum este firesc să fie, părinţii sînt cei mai apropiaţi sfătuitori ai copiilor lor, părtaşi la toate aspiraţiile lor, la frămîntările şi bucuriile de fiecare zi. Ei sînt cei mai însemnaţi educatori, cei care le călăuzesc primii paşi, de cele mai multe ori hotărîtori, în viaţă.

În afara familiei, şcoala şi stadionul îşi aduc o însemnată contribuţie la formarea deprinderilor frumoase, a caracterului fiecăruia dintre tineri. Iată motivul pentru care Federaţia noastră de atletism a iniţiat o consfătuire cu părinţii juniorilor bucureşteni cei mai talentaţi, aflaţi în lotul sau numai în vederile lotului republican.

A fost o consfătuire extrem de interesantă, în care am ascultat părerile unora dintre părinţi despre copiii lor, despre activitatea desfăşurată de aceştia la şcoală, despre comportarea în familie, despre foloasele pe care atletismul le aduce la întărirea sănătăţii şi a capacităţii de muncă. S-au spus multe, foarte multe lucruri importante, pornite din inimă, aşa cum ştiu părinţii să le spună... Concluzia a fost aceea că activitatea sportivă a copiilor lor nu le este cîtuşi de puţin indiferentă, că antrenamentele şi competiţiile sportive nu sînt considerate de ei ca un timp irosit şi că, dimpotrivă, acestea educă, disciplinează, îi căleşte şi-i pregăteşte pe tineri.

Spunea, de pildă, tov. ODOBASIAN, tatăl juniorului mărşăluitor, că în urmă cu vreun an-doi, fiul său cum venea de la şcoală, mînca ceva şi... repede pe stradă, la joacă. „Strada" are şi unele părţi pozitive, dar această „activitate" nu poate avea totuşi efectele dorite. Ca să folosim propria-i expresie, fiul său se cam „înraise" şi, în ciuda repetatelor intervenţii hotărîte, Odobasian-junior lăsase învăţătura pe planul al zecelea. De cînd face însă sport, în mod organizat, la clubul Olimpia, fiul său s-a schimbat radical. A devenit un tînăr serios, care ştie să-şi drămuiască timpul liber. Şi, ceea ce este mai important, de atunci el a ajuns elev fruntaş la Gr. şcolar petrolchimie.

Spunea însă tov. Odobasian (el însuşi fost mărşăluitor) cu o oarecare amărăciune (şi ideea aceasta a fost reluată şi de alţi părinţi) că fiilor lor, cîştigători la diferite concursuri, li se promit de organizatori un premiu oarecare, o diplomă, o carte etc. Numai că promisiunile rămîn... promisiuni. Şi pentru orice copil lucrul acesta îşi are însemnătatea lui! Observaţia este foarte justă şi trebuie să se ţină seama de ea.

„Sînt mama copiilor Valeriu şi Grigore, săritorii de la triplu salt — a spus tovarăşa RĂUŢ. *Ambii sînt în epoca de creştere, adică tocmai atunci cînd au mai multă nevoie de supraveghere şi de îndrumare. De cînd fac atletism nu mai avem nici o grijă în casă. Ba avem totuşi una: grija concursurilor! Dar este ceva plăcut. Sînt foarte mulţumită de comportarea băieţilor mei, de felul cum învaţă, de felul în care sînt îngrijiţi din punct de vedere medical. Fără exagerare vă spun, de cînd fac ei sport am numai bucurii şi parcă mai multă sănătate".*

Tovarăşului RUJAN i-a venit cam greu să vorbească despre fiul său. Nu voia omul să pară lăudăros! Dar Paul Rujan, care n-a împlinit încă 16 ani, este într-adevăr un copil admirabil. Elev strălucit (diplomă de merit şi media 10 de cînd a intrat în şcoală), cîştigător al „Olimpiadei de fizică", cuminte, sîrguincios, Paul şi-a descoperit, de cîtăva vreme, o nouă chemare: săritura cu prăjina. Problema pe care a ridicat-o tov. Rujan a fost aceea a dilemei în care se află privind viitorul fiului său: fizica şi prăjina! Dacă în privinţa fizicii n-are greutăţi, cu prăjina însă... Cu o prăjină de metal astăzi nu se mai pot obţine rezultate mari, dar nici măcar nu se poate face o instruire corespunzătoare!...

Tov. MIHU, al cărui fiu este tot săritor de triplu salt, sublinia interesul pe care antrenorii de la Dinamo îl manifestă faţă de evoluţia cotidiană a fiului său, faţă de situaţia acestuia la învăţătură. Spunea tov. Mihu: *„Îi felicit pe aceşti antrenori pentru faptul că urmăresc cu pasiune ca fiecare tînăr să devină un om, un demn cetăţean".*

Silviu Hodoş este un junior al cărui talent multilateral ne face să-i vedem perspective frumoase la declation. În cuvîntul său, tov. HODOŞ se arăta mulţumit de activitatea lui Silviu, de felul în care acesta reuşeşte să îmbine învăţătura cu atletismul. A cerut însă, şi pe bună dreptate, ca să existe o mai atentă preocupare din partea antrenorilor, în privinţa concursurilor la care să participe juniorii şi la ce probe.

Consfătuirea cu părinţii a constituit o frumoasă iniţiativă care a stîrnit ecouri în rîndul părinţilor şi care, sîntem siguri, va fi preluată, spre generalizare, şi de alte federaţii.

ROMEO VILARA

AU ÎNCEPUT ÎNTRECERILE „FINALELOR" DE LUPTE GRECO-ROMANE (JUNIORI)

CRAIOVA, 14 *(prin telefon de la trimisul nostru).* — În sala C.S.O. din localitate au început azi după-amiază (n.r. ieri) întrecerile celei de a XX-a ediţii a campionatului republican de lupte greco-romane (juniori). După demonstraţiile oferite de campionii de juniori de acum 20 de ani (maeştrii sportului L. Bujor şi C. Popescu, C. Oţiţerescu şi maestrul emerit al sportului D. Pîrvulescu), 165 de tineri luptători (număr record de participare) au început lupta pentru titlurile de cei mai buni juniori ai anului.

În cadrul primelor trei categorii de greutate care s-au disputat pînă la ora cînd transmit, o serie de sportivi au dovedit o pregătire superioară impunîndu-se categoric în faţa adversarilor lor. Luptătorii Th. Boboc (Galaţi), C. Pătraşcu (Tîrgovişte), I. Vanghelici (Constanţa) — la cat. 49 kg —, Gh. Negoescu (Sinaia), I. Ionescu (Bucureşti), N. Tudorache (Medgidia) — la cat. 52 kg —, Gh. Stanca şi Cornel Vasile (Bucureşti) — la cat. 55 kg —, au făcut paşi mari către primele locuri în categoriile respective obţinînd victorii prin tuş.

Întrecerile continuă mîine (n.r. azi) dimineaţă de la ora 9 (turul II) şi după-amiază de la ora 17 (tururile III şi IV) iar duminică întrecerile finale.

M. TRANCĂ

UNDE MERGEM?

SÎMBĂTĂ

TENIS: campionatul de calificare, de la ora 15,30: **terenul Dinamo**: Dinamo—Steaua; **terenul Justiţia**: Justiţia—Ştiinţa.

ŞAH: **Sala Progresul**, de la ora 16,30: semifinala campionatului republican de calificare.

RUGBI: **Terenul Parcul Copilului**, ora 17: Grivita Roşie II—Steaua II (campionatul de calificare).

SPORTURI NAUTICE: **Lacul Snagov**, ora 17: campionatul republican de caiac-canoe fond.

BASCHET: **terenurile Ştiinţa** (str. Vasile Pîrvan), de la ora 17,15: Politehnica—Arhitectura (f), I.C.F.—Universitatea (f), Politehnica—Universitatea (m), meciuri în campionatul universitar al Capitalei.

DUMINICĂ

ATLETISM: **stadionul „23 August"**, de la ora 9: campionatul republican pe echipe-categ. II; stadionul Tineretului, de la ora 16: etapa I a campionatului Capitalei pentru juniori II; **calea Victoriei—Palatul Telefoanelor**, ora 9,15: start în ediţia a XX-a a „Circuitului de marş P.T.T.".

BASCHET: **Sala Floreasca**, de la ora 9: I.C.F.—C.S.M.S. Iaşi (f), Progresul—A.S.A. Bacău (m) — meciuri în cadrul seriei a II-a a campionatului republican.

RUGBI: **Stadionul Tineretului IV**, ora 8,45: Olimpia—I.C.F., ora 15,30: I.S.E.—I.P.G.G. (calificare); ora 17: Arhitectura—Politehnica; **stadionul Tineretului II**, ora 8.45: Aeronautică—Construcţii, ora 15.30: Proiectantul—S.N. Oltenita; ora 17: Colorantul—C.S.S. II; **stadionul Dinamo**, ora 8,30: Dinamo—Steaua (juniori); **Stadionul Tineretului II**, ora 8: Constructorul—S.S.E. II şi S.S.E. I—Grivita Roşie; **Stadionul Tineretului IV**, ora 8: C.S.S.—Olimpia (campionatul de rugbi în 8).

VOLEI: **Sala Dinamo**, de la ora 8,30: Progresul—Ştiinţa Buc. (F. I), Progresul—Petrolul Pl. (M. I) în campionatul republican cat. A; **sala Floreasca**, ora 19,30: Rapid—Minior Pernik finala „C.C.E.".

FOTBAL: **Stadionul Republicii**, ora 15,15: Progresul—Farul şi Steaua—Dinamo Piteşti (cat. A); **terenul Gloria**, ora 10,30: Metalul—Constructorul Brăila (cat. B); **stadionul Giuleşti**, ora 8,30: Tehnometal—Unirea Răcari (juniori), Rapid I—Dinamo I (copii), Tehnometal—Rapid Mizil (cat. C); **teren Ştiinţa—Tei**, ora 9,30: Ştiinţa—Fl. roşie Buc. (juniori); **stadionul „23 August" III**, ora 11: Metalul—Flacăra Moreni (juniori); **stadionul Steaua**, ora 10,30: Steaua—Rapid Buc. (juniori), **stadionul „23 August" IV**, ora 10: Viitorul Electronica—Dinamo Victoria (juniori).

TENIS: campionatul de calificare, de la ora 8,30: **teren Dinamo**: Dinamo—Steaua; **teren Justiţia**: Justiţia—Ştiinţa.

ŞAH: **Sala Progresul**, ora 16,30: semifinala campionatului republican

HANDBAL: **Terenul Giuleşti**, de la ora 10: Rapid—Rafinăria Teleajen (M II), Rapid—Ştiinţa Timiş. (F I), Progresul—Favorit Oradea (F II); **stadionul Tineretului**, ora 10,30: Ştiinţa—Tehnometal Timiş. (M. II); **stadionul Dinamo**, ora 9,30: Steaua—Ştiinţa Petroşeni (M I) şi Dinamo—Ştiinţa Timiş. (M I).

SPORTURI NAUTICE: **Lacul Snagov**, ora 10: campionatul republican de caiac-canoe fond.

POLO: **bazinul Dinamo**, de la ora 9,30: Steaua—Mureşul şi Dinamo—Rapid.

Un... spectator scrie boxerilor

VĂ PLACE STILUL DE BOX AL LUI GÎJU?

Mă uitam în jurul meu, în tribunele sălii Floreasca, cu prilejul recentelor evoluţii ale lui Nicolae Gîju în „Turneul celor 4". Eram curios să aflu impresii. Am auzit cuvinte de laudă la adresa lui Gîju. Vasăzică, nu numai mie îmi plăcuse, ci tuturora!! Întrebarea din titlu, pe care voiam s-o pun celorlalţi a rămas neexprimată. Şi totuşi... mai tîrziu, aş fi vrut s-o pun altor boxeri care au urcat treptele ringului, în acelaşi turneu al celor mai buni boxeri ai ţării. Aş fi vrut s-o pun — mai ales — celor care au făcut risipă de energie, de nesecate posibilităţi şi capacităţi fizice şi intelectuale, de entuziasm şi pasiune.

Boxul cere — într-adevăr — toate aceste lucruri! Dar pe lîngă ele mai cere şi o pregătire judicioasă, o foarte mare pricepere şi iscusinţă. Şi în primul rînd, cere să ştii ce să înveţi. Fără discuţie, un mare rol îl joacă şi în acest sens antrenorul! Dar fără aportul boxerului, munca lui nu e eficace. De educarea boxerului tot antrenorul are grijă şi o conduce timp îndelungat, dar o conlucrare strînsă este absolut necesară! Iar noi avem antrenori cu o bogată experienţă şi o înaltă calificare profesională. Rămîne ca elevii lor să înţeleagă just unele probleme de esenţială importanţă.

Aş fi vrut să-i întreb pe Stanef, Leov, pe M. Mariuţan, ca şi pe alţii, ale căror lovituri puternice au întîlnit nepermis de mult blocajul adversarului sau „golul", ca şi pe alţii ale căror atacuri furibunde s-au oprit în încleştări şi încurcări de braţe, împingeri sau prăbuşiri în corzi, nu le-ar fi plăcut şi lor să boxeze ca Gîju? Să provoace adversarul la anumite contre sau acţiuni greşite, pe care să le poată contracara, ajungînd astfel mai uşor şi mai sigur să lovească mai clar şi precis! Sînt sigur că şi ei, ca şi publicul spectator, ar fi fost mult mai mulţumiţi.

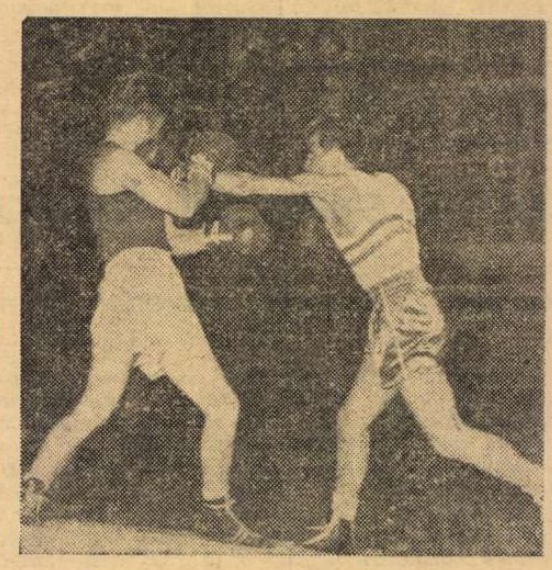
În box trebuie să răspunzi în funcţie de acţiunile adversarului, de cunoştinţele şi de capacităţile lui, căutînd şi provocînd momente în care el nu se poate apăra şi contra. Deci — în căutarea şi provocarea acestor momente constă toată acţiunea din ring. Şi Gîju, în această direcţie, constituie un bun exemplu. În final, între cei doi boxeri bine pregătiţi din ring, elementul de întrecere este: cine găseşte procedeul tactic cel mai nimerit şi cine-l pune în aplicare mai precis, cu promptitudine şi eficacitate! *În acest fel a reuşit Olteanu să lovească eficace şi să contracareze ulterior atacurile dezlănţuite ale durului M. Mariuţan. Dacă o singură dată acesta din urmă ar fi ajuns lîngă Olteanu, poate altul ar fi fost rezultatul. Dar învingătorul, Olteanu, bine sfătuit din colţ, a stopat aruncările la atac necontrolat ale adversarului şi mai ales l-a „sîcîit" mereu cu stînga din toate direcţiile, nedîndu-i răgaz lui M. Mariuţan nici un moment.*

De multe ori, pe baza marii bogăţii a procedeelor de apărare şi contraatacare din box, situaţiile se inversează fulgerător, aşa cum s-a întîmplat în meciul Stanef—Simion. Dar tocmai în aceasta constă spectaculozitatea, — *în alternanţa situaţiilor favorabile de dominare, bazată pe iscusinţă şi capacităţi! Ele nu trebuie confundate, nici un moment, cu alternanţa întîmplătoare de situaţii, bazată pe duritate şi calităţi fizice. Am ascultat şi am privit în jurul meu şi după meciul M. Mariuţan—H. Leov. Cu toate că oamenii se „încălziseră", privirile tuturora exprimau dezaprobarea faţă de cele petrecute în ring. Alternanţa a captat, dar gustul sportiv a fost puternic lovit! Alternanţa de situaţii care reiese din iscusinţă şi măiestrie aproape că înlătură duritatea. Pentru aceasta este însă nevoie de o muncă îndelungată, pentru perfecţionarea procedeelor tactice. Fiecare antrenament se dedică învăţării, perfecţionării sau corijării unui procedeu tehnico-tactic, în toate laturile lui. În fiecare zi, boxerul lucrează şi verifică dacă a învăţat sau a pregătit un procedeu, ori un component mai simplu sau mai complex, după sfaturile antrenorului său. În acest fel, nu se mai poate vorbi de apariţia plictiselii, de scăderea interesului. În ring, vei putea căuta şi provoca o situaţie favorabilă de atac, vei opri şi contracara o acţiune periculoasă adversă, vei putea inversa o situaţie. Într-un cuvînt, vei putea boxa, spre satisfacţia ta şi a spectatorului dornic să-ţi aplaude cu entuziasm pregătirea, forţa, cunoştinţele şi mai ales iscusinţa!*

De aceea m-am alăturat din toată inima celorlalţi spectatori şi am aplaudat cu căldură victoria lui Gîju, care reuşise o luptă de toată frumuseţea.

Boxeri, mai e cazul să ne punem întrebarea din titlu?

EUSTAŢIU MĂRGĂRIT
lector la I.C.F.



O recentă evoluţie în ring a „cocoşului" N. Gîju, şi anume în meciul cu R. Proch din echipa secundă a R. D. Germane, a fost calificată de cronicarii de specialitate un adevărat recital pugilistic. Iată-l pe Gîju în momentul plasării unei clasice directe de stînga.

Foto: P. Stan

COLŢUL SPECIALISTULUI

Perioada competiţională şi sarcinile antrenorului de gimnastică

În aceste zile, gimnastele şi gimnaştii noştri fruntaşi sînt chemaţi să susţină adevăratul examen al măiestriei — examenul competiţional.

Spre deosebire de alte discipline sportive, în gimnastică perioada competiţională are aspecte foarte variate, atît de la an la an, cît şi de la etapă la etapă, aspecte determinate, în general, de conţinutul diferenţiat al muncii de instruire pe categorii de clasificare, sex şi virste, precum şi de cerinţele calendarului sportiv intern şi internaţional. În plus, această disciplină are probe mult diferenţiate, cu exerciţii al căror conţinut trebuie să se încadreze într-un anumit grad de dificultate.

Gimnastica, după cum se ştie, are un pregnant caracter individual, dar şi de echipă în acelaşi timp, fapt de care trebuie să se ţină seama de-a lungul perioadelor şi etapelor de pregătire, dar mai ales în cea competiţională. În mod firesc, la gimnaştii începători durata perioadei competiţionale este mai scurtă, comparativ cu cea a sportivilor avansaţi. Ea cuprinde, în general, o singură competiţie de mare importanţă, cu caracter final, precum şi cîteva verificări cu ocazia concursurilor amicale, unele începînd chiar de la sfîrşitul perioadei pregătitoare.

Activitatea şi sarcinile antrenorilor de gimnastică în perioada competiţională sînt determinate în mare măsură de calendarul competiţiilor, iar obiectivele, planurile şi formele specifice de pregătire trebuie întocmite pe baza analizei făcute la sfîrşitul perioadei pregătitoare.

În ceea ce priveşte factorii antrenamentului sportiv (pregătirea fizică multilaterală, pregătirea fizică specifică, pregătirea tehnică şi tactică, pregătirea teoretico-metodică şi cea psihologică) în perioada competiţională ponderea cade pe pregătirea tehnică şi psihologică.

Dar, să ne referim, pe scurt, la toţi factorii antrenamentului sportiv.

Pregătirea fizică multilaterală. Are o mai mare însemnătate pentru gimnaştii cu categorii de clasificare inferioare, iar la sportivii de categorii superioare, pe lîngă ridicarea continuă a capacităţii generale de muncă mai are şi un caracter de destindere fizică şi psihică.

Pregătirea fizică specifică. Este strîns legată de conţinutul exerciţiilor ce urmează a fi prezentate în concurs. Accentul cade pe dobîndirea unei rezistenţe specifice de concurs. Se ajunge la aceasta printr-un număr sporit de antrenamente, printr-un număr dublat sau chiar triplat de execuţii la unul sau la toate aparatele.

Pregătirea tehnică. Activitatea gimnaştilor în perioada competiţională trebuie să fie axată îndeosebi pe perfecţionarea pregătirii tehnice, cu accent sporit pe etapa premergătoare concursului. În consecinţă, antrenorii trebuie să se preocupe ca sportivii să execute de mai multe ori exerciţiile integral, iar perfecţionarea legării diferitelor combinaţii să se facă mai mult în cadrul exerciţiilor. Se va urmări executarea diferitelor elemente cu amplitudine maximă şi în ritmul specific de concurs. Se recomandă ca execuţiile integrale ale exerciţiilor să fie arbitrate.

Pregătirea tactică. Se va avea în vedere acomodarea cu aparatele ce vor fi folosite în concurs, mergînd chiar pînă la acomodarea cu locul în care vor fi amplasate acestea în sala de concurs. Se va stabili durata încălzirii generale şi specifice, corespunzător timpului prevăzut în programul concursului. De asemenea, antrenorul trebuie să stabilească ordinea încălzirii în raport cu ordinea în echipă a sportivilor pentru fiecare aparat în parte. Se pot da indicaţii şi în ceea ce priveşte elementele şi legăturile care vor fi executate la încălzirea specială.

Pregătirea teoretico-metodică. Are în vedere, în primul rînd, cunoaşterea regulamentului de concurs şi fixarea sarcinilor individuale şi generale ale sportivilor pentru competiţie. Se vor analiza exerciţiile liber alese şi se va face valorificarea lor în raport cu cerinţele regulamentului. De asemenea, antrenorii şi sportivii vor trebui să revadă regulile generale de arbitraj, dîndu-se indicaţii fiecărui sportiv în parte, cît şi echipei, în ansamblu.

Pregătirea morală şi de voinţă. Antrenorii trebuie să imprime sportivilor dorinţa de a se comporta bine, de a se mobiliza şi de a se concentra la maximum şi rapid în vederea executării exerciţiilor fără întreruperi sau opriri. În acest scop antrenorii pot organiza concursuri de verificare, în condiţii mai grele decît cele normale de concurs.

În cadrul secţiilor de gimnastică antrenamentele pot fi diferenţiate pe grupe de sportivi, iar echipa definitivă va fi alcătuită cu puţin timp înaintea concursului. În perioada competiţională se recomandă două zile de antrenament urmate de o zi pauză. În ziua următoare concursului se va face obligatoriu o analiză a comportării fiecărui gimnast. Durata antrenamentelor este mai mare decît cea din perioada pregătitoare, ea fiind cît mai aproape de timpul prevăzut pentru desfăşurarea concursului. Intensitatea lecţiei este însă mai redusă, lucrîndu-se, în general, cu exerciţii „integrale" la toate aparatele, cu foarte puţine repetări pe părţi, exerciţiile — impuse şi liber alese — fiind arbitrate cu toată exigenţa. În cadrul unui antrenament se poate pune accentul pe două-trei probe, deşi lucrul se desfăşoară pe patru-şase probe, urmînd ca la antrenamentul următor să se acorde atenţie, prin rotaţie, celorlalte probe. De asemenea, se poate ca într-o zi să se lucreze numai exerciţii „impuse", iar la antrenamentul următor — numai exerciţii liber alese.

Pentru îndeplinirea obiectivelor propuse antrenorul de gimnastică are latitudinea de a folosi variat toate formele şi mijloacele specifice gimnasticii.

ION SABĂU
antrenor federal